



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL
DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH
CATÓLICA _ CHIMBOTE, 2018

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA

SONIA ELIZABETH ARIAS ESTRADA

ORCID 0000-0002-4915-4049

ASESORA

MARÍA ADRIANA, VÍLCHEZ REYES

ORCID 0000-0001-5412-2968

CHIMBOTE-PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Arias Estrada, Sonia Elizabeth

ORCID: 0000-0002-4915-4049

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,
Chimbote, Perú

ASESORA:

Vílchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Urquiaga Alva, María Elena

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Guillen Salazar, Leda María

ORCID: 0000-0003-4213-0682

Ñique Tapia, Fanny Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

**DRA. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA
PRESIDENTA**

**MGTR. GULLÉN SALAZAR, LEDA MARÍA
MIEMBRO**

**MGTR. ÑIQUE TAPIA, FANNY ROCÍO
MIEMBRO**

**DRA. VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA
ASESORA**

DEDICATORIA

Tu mi Dios quien me ha guiado por todo este tiempo de mi vida, además por ayudarme a salir victoriosa de mis errores.

A mi padre y a mi madre por la confianza y el amor que me han brindado en todo este tiempo, por su gran apoyo incondicional para culminar mi carrera profesional, gracias por la comprensión que me tuvieron en todo este trayecto, ya que sin su apoyo no lo hubiera logrado.

Es difícil determinar con tantas palabras lo agradecida que me siento con Dios por haberme mandado a una hermosa familia, ya que ustedes son mi motivación y me ayudaron cumplir con mis objetivos.

AGRADECIMIENTO

Le agradezco a Dios por brindarme sabiduría y darme una vida llena de aprendizajes. También agradezco a mis padres porque me formaron con reglas y valores.

También agradezco a mi hermano, a mi mejor amigo y a mis amigas con quienes compartí todo este trayecto estudiantil, que siempre estuvieron apoyándome.

A mi querida profesora, ya que sin su enseñanza no hubiera podido cumplir con mi objetivo, además agradecerla por su paciencia y comprensión y también agradezco a todos los docentes que me han enseñado, porque gracias a ellos seré una buena profesional.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación de tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Tiene como objetivo general determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018. La muestra estuvo constituida por 150 universitarios a quienes se les aplicó los instrumentos: escala de estilos de vida y cuestionario sobre los factores biosocioculturales utilizando la técnica de la entrevista y observación. Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentó los datos en tablas simples y de doble entrada para elaborar sus respectivos gráficos. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de dependencia de criterios del Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $P < 0.05$. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones la mayoría tienen estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo saludable. En relación a los factores biosocioculturales casi la totalidad son adultos jóvenes, la mayoría son de sexo masculino y estado civil soltero, más de la mitad profesan la religión católica y menos de la mitad tiene un ingreso económico menor de 400 nuevos soles. Si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el sexo, religión, ingreso económico. Además no cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5 con la edad y estado civil.

Palabras clave: Estilos de vida, factores biosocioculturales, universitarios.

ABSTRACT

The present research work of quantitative type, cross-sectional, with descriptive correlational design. Its general objective is to determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in university students of the Professional School of Civil Engineering from III to V cycle. ULADECH Católica_Chimbote, 2018. The sample consisted of 150 university students to whom the instruments were applied: lifestyle scale and questionnaire on biosociocultural factors using the interview and observation technique. The data was processed in the SPSS / info / software version 18.0 package, the data were presented in single and double-entry tables to prepare your graphic data. To establish the relationship between study variables, the chi-square criteria dependence test with 95% reliability and significance of $P < 0.05$ will be determined. Reaching the following results and conclusions, most have an unhealthy lifestyle and a significant healthy percentage. In relation to biosociocultural factors, almost all of them are young adults, the majority are male and single, have more than half profess the Catholic religion and less than half have an economic income of less than 400 new soles. If there is a statistically significant relationship between lifestyle and sex, religion, economic income. In addition, the condition for applying the chi-square test does not meet more than 20% of expected frequencies are less than 5 with age and marital status.

Key words: Lifestyles, biosocioculturales, university factors.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
1. TÍTULO DE TESIS	i
2. EQUIPO DE TRABAJO	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT	vi
6. CONTENIDO	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA	9
III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	23
IV. METODOLOGÍA	
4.1. Diseño de investigación.....	24
4.2. Población y muestra.....	24
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	25
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	28
4.5. Plan de análisis de datos.....	31
4.6. Matriz de consistencia.....	33
4.7. Principios éticos.....	34
V. RESULTADOS	
5.1 Resultados.....	35
5.2. Análisis de resultados.....	43
VI. CONCLUSIONES	63
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS	64
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	65
ANEXOS	75

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA _CHIMBOTE, 2018.....	35
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018.....	36
TABLA 3: FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018.....	40
TABLA 4: FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018.....	41
TABLA 5: FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018.....	42

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1: ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA _CHIMBOTE, 2018.....	35
GRÁFICO 2: SEXO DEL UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_ CHIMBOTE, 2018.....	37
GRÁFICO 3: EDAD DEL UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_ CHIMBOTE, 2018.....	37
GRÁFICO 4: RELIGIÓN DEL UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_ CHIMBOTE, 2018.....	38
GRÁFICO 5: ESTADO CIVIL DEL UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_ CHIMBOTE, 2018.....	38
GRÁFICO 6: INGRESO ECONÓMICO DEL UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_ CHIMBOTE, 2018.....	39

I. INTRODUCCIÓN

El estilo de vida es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una forma general de vida, ya que está basada en la interacción de las condiciones de vida de la persona y los patrones individuales de conducta, determinados por los factores socioculturales y las características personales. Además, de que incorpora una estructura social, definida por un conjunto de valores, normas, actitudes, hábitos y conductas. Por lo tanto los estilos de vida dependen de la gama de decisiones que la persona toma y que le afectan, ya que si son negativas para su salud, la persona crearía un riesgo para su salud (1).

En el mundo se han producido importantes cambios socioeconómicos, los cuales han repercutido en el estilo de vida del estudiante universitario como en el consumo de alimentos inadecuados, por eso es que los universitarios son un grupo especialmente vulnerable, ya que desde el punto de vista nutricional, los estudiantes se caracterizan por este problema debido a que se saltan las comidas con frecuencia, solo pican entre horas, tienen preferencia por la comida rápida, además de que consumen alcohol frecuentemente, ya que al tener prácticas poco o nada saludables, con el tiempo cuando lleguen en la vida adulta pueden padecer de sobrepeso y obesidad, es por eso que para disminuir la prevalencia de esas enfermedades se realizan estrategias de promoción de la salud (2).

Sin embargo en México los jóvenes universitarios se identifican por ser numerosos y están propensos a riesgos sociales y de salud. Por lo tanto la suma de factores de riesgo que están viviendo, es un alto porcentaje en estudiantes universitarios poniéndoles así en una condición de vulnerabilidad psicosocial, por lo que los estudiantes universitarios en dicho país tienen un predominio de estilos

de vida poco saludable así como en el resto de los países, ya que está relacionada principalmente con el consumo de bebidas alcohólicas, el tabaquismo, la sexualidad que tienen los estudiantes sin protección, además de la adopción de una dieta poco equilibrada en la que se incluye la comida rápida que es de bajo calidad y la falta de actividad física (3).

Mientras que en Ecuador el estilo de vida también se basa en el problema del consumo de alcohol y droga, ya que se va incrementando de tal forma que no nada más involucra a los jóvenes universitarios sino también a menores de edad y a una gran cantidad de mujeres de las que uno pueda imaginarse, es por ello que se dice que de 10 a 15 de cada 100 personas tienen problemas con su manera de beber o consumir drogas ilegales ya que son obtenidas de manera inadecuada. Siendo así que muchos de ellos tienden a optar por el consumo debido a diversos factores, sin embargo esto trae consecuencias que están relacionados directamente con accidentes de tránsito, actos de violencia o hasta incluso pueden morir al no ingerir alimentos, ya que la mayor parte de la drogas quitan el apetito y en ocasiones hasta la sed perdiendo así el valor del sentido de la vida (4).

Sin embargo en el Perú el Ministerio de Salud promueve universidades saludables, debido a los altos índices de enfermedades que se presentan en los estudiantes universitarios, el cual entre sus acciones inmediatas fija elaborar una línea de base para identificar las necesidades de promoción de la salud de las comunidades universitarias, ya que los jóvenes universitarios se encuentran en una etapa del ciclo vital clave para la adopción de estilos de vida que luego practican en el ámbito familiar, social y laboral. Sin embargo la modificación de conductas no depende únicamente de las personas, sino también de la estructura

organizacional, políticas y decisiones estratégicas que se adopten a cargos directivos de las universidades (5).

Por lo tanto en Ancash según la Comisión Nacional para el Desarrollo y vida sin Drogas, aborda el problema sobre el consumo de drogas con un enfoque multisectorial e interdisciplinario en la región del país que está generando actitudes negativas como el pandillaje, ya que debido al consumo el joven universitario tiene tendencia a ser agresivo, por lo que rompen las reglas internas produciendo diversos factores de riesgo que están vinculados a los accidentes de tránsito, tardanza en sus clases, arrestos policiales y hasta homicidios. Además de que el consumir frecuentemente sustancias tóxicas, genera dependencia y causan daños a su salud como lesiones intestinales, trastornos cardiovasculares, enfermedades hepáticas entre otros (6).

Así mismo en Chimbote los jóvenes universitarios también tienen problemas con el alcohol y drogas cuyo consumo produce que los jóvenes tengan problemas en su salud y en sus estudios. Cabe indicar que las razones por lo que lo consumen es la curiosidad, para sentirse bien, para reducir el estrés de trabajos, para sentirse personas adultas o para pertenecer a un grupo, pero debido a este consumo pueden tener accidentes, dejar el estudio, haber violencia, relaciones sexuales sin protección que truncan sus estudios universitarios (7).

Es por ello que los estilos de vida han sido estudiados por varias disciplinas como la sociología, la antropología y la epidemiología. El origen del término y los mayores desarrollos conceptuales se han formulado en el campo de las ciencias socioculturales, para las que los estilos de vida son patrones de comportamiento grupales sobre los que la estructura social ejerce una influencia

considerable, ya que el estilo de vida asociado a las conductas que los individuos de manera racional asumen y que pueden ser riesgosas para su salud (8).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), los jóvenes universitarios peruanos tienden a sufrir tanto de enfermedades no transmisibles como transmisibles, ya que se pudo detectar que un 14,8% sufre de presión arterial alta siendo así los hombres más afectados, es por ello que también el 3,6% de la población sufre de diabetes mellitus incrementándose así un 0,3% con respecto al 2017. A la vez teniendo como factor de riesgo el consumo del cigarrillo que alcanza un 18,9% y consumo de bebida alcohólica un 92,4% produciendo así más accidentes de tránsito e incrementando la tasa de mortalidad, además de que un 37,3% presentan sobrepeso y un 22,7% sufren de obesidad por llevar una alimentación inadecuada (9).

El Ministerio de Salud Planifica y aplica estrategias que generan políticas universitarias en Promoción de la Salud, por ello: Integran a la cultura institucional la Promoción de la Salud Impulsa políticas institucionales en cada instancia universitaria, de manera que promuevan actitudes, valores y comportamientos saludables donde corresponda. Impulsa políticas que promuevan la mejora de los entornos universitarios donde se vive trabaja y aprende y asignar recursos. Además promueve la participación y el empoderamiento responsable y solidario de los estudiantes dentro y fuera de la universidad: Evalúa el contexto organizativo y académico para optimizar el trabajo colaborativo entre facultades, departamentos y estudiantes (10).

Frente a esta problemática no es ajeno los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil, que fue creada mediante Ley N° 24163, de fecha 12 de junio de 1985, respondiendo a las necesidades y expectativas de la población de formarse en la carrera Profesional de Ingeniería Civil. Por ello Ingeniería Civil es una de las primeras carreras profesionales de nuestra alma máter. Empezó a funcionar académicamente el 1 ° de octubre de 1985. Así mismo Ingeniería de Civil es una disciplina que emplean grandes conocimientos a lo largo de su formación como profesional con la finalidad de desarrollar construcciones y dar mantenimientos a las infraestructuras incluyendo diversas obras. Por lo que cuentan con 588 estudiantes de las cuales 150 alumnos pertenecen del III al V ciclo. Por lo que durante todos estos años los aspectos curriculares han ido evolucionando en beneficio del estudiante (11).

Por consiguiente los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil enfrentan inadecuados hábitos de alimentación y estrés a las situaciones académicas. Por lo tanto los principales factores generadores de estrés en el medio universitario se relaciona con el exceso de trabajo académico, con la sobrecarga de actividades académicas, falta de tiempo para cumplirlo, presiones económicas, así como el tener que presentar un examen, por lo que el estrés ocasiona ansiedad, ira, tristeza y depresión teniendo un notable impacto en la salud, ya que también es un detonante para el consumo de alcohol, además de no contar con los recursos o estrategias emocionales para afrontarlo, puede desencadenar el consumo y abuso de alcohol que conlleva a comportamientos de riesgo como atentar contra su vida o dejar los estudios.

Frente a lo expuesto se consideró pertinente la realización de la presente investigación planteando el siguiente problema.

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _Chimbote, 2018?

Para dar respuesta al problema, se ha planteado el siguiente objetivo general

- Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _Chimbote, 2018.

Para poder conseguir el objetivo general, he planteado los siguientes objetivos específicos:

- Valorar el estilo de vida en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _Chimbote, 2018.
- Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, religión, estado civil y los ingresos económicos en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _Chimbote, 2018.

La realidad en el Perú es que no es indiferente a los cambios que se han dado en el mundo, así como el incremento demográfico, el desarrollo de más ciudades, el cambio de ritmo de vida y el avance tecnológico, que se está desarrollando en la población peruana, así como también los cambios en el estilo de vida que se está dando, debido a que los trabajos a realizar demanda que la persona este a sentada por horas frente a una computadora, por lo que se produce el sedentarismo y más aún si no se realiza ninguna actividad física, a la vez que con la ingesta de comida rápidas desfavorece el estilo de vida que tiene la persona.

Por eso que en esta investigación busca determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales para lograr revertir la problemática.

Cabe resaltar que la presente investigación es de suma importancia, porque gracias a los resultados que se obtendrá en esta investigación contribuiría en los estudiantes universitarios de la escuela profesional de ingeniería civil, desarrollando eficientemente con calidad un programa preventivo promocional en el beneficio de la salud de los estudiantes universitarios, por lo que también ayudara a disminuir los factores de riesgo y promover a mejorar el estilo de vida de los estudiantes universitarios.

También para los profesionales de enfermería será de importancia, ya que podrán realizar planes o programas estratégicos que promuevan el estilo de vida saludable en los individuos, de este modo se tendrá una perspectiva educativa y preventiva que fortalecerá a la enfermería porque lideraran dentro del servicio de salud.

Así mismo el trabajo de investigación lograra que en la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote forme un prestigio con el aporte de esta investigación de tal manera que se pueda concientizar en los estudiantes que estudian en la facultad de ciencias de la salud para que puedan tener un estilo de vida saludable, ya que para ello tendrán que tener un cambio de la vida en la cual restauraran su salud.

Además será favorable realizar la investigación para que los líderes, autoridades regionales y municipales en el campo de la salud de nuestro país, así como para la población de estudio reconozcan cuales son los factores de riesgo y se incentiven a realizar cambios en sus conductas no adecuadas para su salud para

así poder realizar promoción de la salud, ya que al identificar como es el estilo de vida de los individuos se podrá disminuir el riesgo de puedan tener una enfermedad a futuro, favoreciendo así a la comunidad o población que tengan una mejor calidad de vida.

Así mismo esta investigación tiene como metodología de tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo constituida por 150 universitarios a quienes se les aplicó los instrumentos: escala de estilos de vida y cuestionario sobre los factores biosocioculturales utilizando la técnica de la entrevista y observación. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de dependencia de criterios del Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $P < 0.05$.

Llegando a los siguientes resultados y conclusiones la mayoría tienen estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo saludable. En relación a los factores biosocioculturales casi la totalidad son adultos jóvenes, la mayoría son de sexo masculino y estado civil soltero, más de la mitad profesan la religión católica y menos de la mitad tiene un ingreso económico menor de 400 nuevos soles. Si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el sexo, religión, ingreso económico. Además no cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5 con la edad y estado civil.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación:

Se identificaron los siguientes estudios relacionados a la presente investigación:

A nivel internacional

Broncano R, (12). En su investigación titulada “Estilo de vida de los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Nacional Chimborazo. Abril – Agosto 2018” cuyo objetivo fue determinar el estilo de vida de los estudiantes de la carrera de Enfermería. Metodología de estudio descriptivo, de corte transversal, con un enfoque cualitativo y cuantitativo. Tuvo como resultado que respecto a la dimensión de nutrición el 42,9% tienen un estilo de vida poco saludable, respecto al ejercicio el 44,5% también corresponde a poco saludable y el 42,6% en responsabilidad en también tienen un estilo poco saludable, se concluye que los alimentos que ellos ingieren no cubren las necesidades que requiere sus organismo para seguir realizando sus actividades, así mismo el no realizar actividad física trae consigo consecuencias como que se genere alguna enfermedad.

Lara Y, Quiroga C, Jaramillo A, Bermeo M, (13). En su investigación titulada “Estilo de vida de estudiantes en primer semestre de Odontología de una Universidad Privada, Cali 2016” cuyo objetivo fue Identificar los estilo de vida de los estudiantes de primer semestre de Odontología en una Universidad Privada en el año 2016. Metodología de estudio descriptivo, transversal, cuantitativo, tuvo como resultado que en las categorías que se obtuvo bajo puntaje fueron en actividad física,

alimentación, tabaco, consumo de alcohol, hábitos de sueño entre otros. Se concluye que al tener un bajo puntaje en las categorías el estudiante tiene un estilo de vida adecuado, sin embargo el estudiante debe de seguir adoptando conductas saludables para satisfacer sus necesidades y alcanzar su desarrollo personal de una manera adecuada para su salud.

Canova C, (14). En su investigación titulada “Estilo de vida de estudiantes universitarios de Enfermería de Santa Marta, Colombia 2017” cuyo objetivo fue describir los comportamientos asociados a los estilos de vida de estudiantes de Enfermería Santa Marta, Colombia a partir de las dimensiones. Metodología de estudio descriptivo, de corte transversal con enfoque cuantitativo, tuvo como resultado que el 81,4% son mujeres predominando las practicas saludables en la mayoría de las dimensiones, con excepción de actividad física, nutrición, sueño y estrés, se concluye que durante la vida universitaria números factores interfieren en el mantenimiento de prácticas saludables como la poca participación en actividades deportivas, el sedentarismo, el consumo elevado de alcohol conllevando a problemas de salud físico y mental.

Gonzales A, Palacios J, (15). En su investigación titulada “Estilo de vida y salud percibida en estudiantes de un programa de odontología de una universidad de Santiago de Cali, 2017” cuyo objetivo es relacionar los estilos de vida de los estudiantes de odontología en las dimensiones de alimentación, actividad física, sueño, consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales, tiempo de ocio y afrontamiento con el autoreporte de salud física, salud mental y las sub-escalas. Metodología de enfoque cuantitativo,

se tuvo como resultado que las prácticas no son tan favorables en los universitarios respecto al consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales. Se concluye que en esta medida el joven universitario puede tener una amenaza para su salud generando pérdida del apetito, y produciendo enfermedades cardiovasculares.

Gómez Z, Landeros P, Romero E, Troyo R, (16). En su investigación titulada “Estilo de vida y riesgos para la salud en una población universitaria” cuyo objetivo fue identificar las características del estilo de vida y los riesgos para la salud en estudiantes de una Universidad Pública. Metodología de estudio de diseño transversal, tuvo como resultado que el 80% reporto ingerir bebidas alcohólicas y el 27% reportaron tabaquismo y el 28,8% presenta sobrepeso u obesidad, se concluye que el estudiante universitario presentan un riesgo cardiovascular debido a los hábitos inadecuados, así mismo pueden ser factores modificables que intervienen en el desarrollo de diversas patologías, por ello diversas enfermedades crónicas no transmisibles pueden prevenirse si se lleva a cabo un estilo de vida saludable.

A nivel nacional

Barraza J, (17). En su investigación titulada “Estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de una Universidad Pública Lima, 2017” tiene como objetivo determinar los estilos de vida de los estudiantes enfermería de una universidad pública. Metodología de enfoque cuantitativo, de tipo observacional, nivel descriptivo y de corte transversal, que tuvo como resultado que el 59,6% (99) presentan estilos de vida saludables y el 40,4%

(67) presentan estilos de vida no saludables y respecto a las dimensiones de actividad física, salud con responsabilidad también presentan estilos de vida no saludable. Se concluye que los universitarios deben cambiar su conducta buscando orientación e información del cuidado de la salud y acudir a los profesionales al presentar síntomas inusuales para poder prevenir o tratar alguna enfermedad a tiempo.

Reynaga M, (18). En su investigación titulada “Estilo de vida que practican los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán Huánuco, 2016” tiene como objetivo determinar los estilos de vida que practican los estudiantes de las Escuela Académico Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco, 2016. Metodología de estudio descriptivo, tuvo como resultado en la actividad física que practican los estudiantes es poco saludable, de igual manera en el consumo de sus alimentos es inadecuado para su estilo de vida y además de que manifestaron que el consumo de tabaco y alcohol forman parte del estilo de vida que ellos llevan, se concluye si los universitarios siguen teniendo ese estilo de vida tendrán problemas en su salud.

Uriarte Y, Vargas A, (19). En su investigación titulada “Estilos de vida de los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Norbert Wiener Lima, 2018” tiene como objetivo determinar los estilos de vida de los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada Norbert Wiener. Metodología de enfoque cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, tuvo como resultado que el 51% (99) presentó un estilo de vida

no saludable y el 49% (95). Por otro lado en la actividad física el 33,5% (65) tiene un estilo de vida saludable y el 66,5% (129) un estilo de vida no saludable. Se concluye que los universitarios al no realizar actividad física pueden con el tiempo presentar enfermedades crónicas degenerativas, ya que el ejercicio mejora la forma física es decir la función cardiovascular y brinda la sensación de bienestar.

Quispe Y, (20). En su investigación titulada “Estilo de vida en los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades, Los Olivos - 2017” cuyo objetivo fue determinar el estilo de vida de los estudiantes de enfermería de la Universidad Ciencias y Humanidades, Los Olivos – 2017. Metodología de estudio descriptivo, observacional, no experimental con enfoque cuantitativo. Tuvo como resultado que el 71% presentó un estilo de vida saludable y el 29 % un estilo de vida no saludable, se concluye que los estudiantes universitarios en general pueden sufrir a futuro de enfermedades prevalentes, como las no transmisibles por lo que se debe tomar acciones preventivas, promoviendo la actividad física y teniendo una alimentación saludable para tener una salud favorable física y mental.

Barbaran S, (21). En su investigación titulada “Estilos de vida y riesgos para salud en estudiantes de Farmacia y Bioquímica de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Ayacucho 2017” cuyo objetivo es analizar la relación que existe entre los estilos de vida y los riesgos para la salud en estudiantes de Farmacia y Bioquímica de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Ayacucho 2017. Metodología con diseño descriptivo correlacional de tipo transversal, tuvo

como resultado que el 46,9% tienen estilos de vida poco saludables y los riesgos para su salud son moderados, se concluye que los universitarios tienen un riesgo de padecer enfermedades ligados a los inadecuados estilos de vida que convergen variables como la alimentación, la actividad física entre otros que determinan los niveles de alto riesgo para su salud.

A nivel local

Espejo M, (22). En su investigación titulada “Estilo de Vida en estudiantes universitarios de la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote, 2015” cuyo objetivo es describir los niveles de estilos de vida en estudiantes universitarios de la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote. Metodología de tipo básico con un diseño descriptivo-transversal, se tuvo como resultado que el 51,5% de los estudiantes tienen un estilo de vida excelente, mientras que el 48,5% su estilo de vida es bueno. Se concluye que al tener una vida saludable es indispensable para el estudiante universitario ya que se relajan, duermen bien, son capaces de manejar el estrés, y su alimentación es balanceada previniendo así a contraer enfermedades cardiovasculares, digestivas e infecciosas.

Acosta T, Silva C, (23). En su investigación titulada “Nivel de conocimiento y consumo de sustancias estimulantes en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Santa. Nuevo Chimbote, 2017” cuyo objetivo fue estimar la relación entre el nivel de conocimiento y el consumo de sustancias estimulantes lícitas e ilícitas en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional del Santa. Metodología con diseño

descriptivo, correlacional, transversal que tuvo como resultado que ningún estudiante consumió sustancias ilícitas, sin embargo el 38,7% consume sustancias licitas en periodo de exámenes, el 32,9% por estrés y el 26% por desorganización, por lo que se concluye que si el universitario se organiza para realizar sus trabajos, menor será el estrés que obtenga disminuyendo así la necesidad de consumir alcohol o tabaco que a futuro afectara su salud.

2.2. Bases teóricas y conceptuales de la investigación

En el presente trabajo de investigación se fundamenta de acuerdo a las bases conceptuales sobre el estilo de vida de Marc Lalonde y Nola Pender, por lo que estará relacionada respecto a los factores biosocioculturales de la persona teniendo un enfoque fundamental.

Según Lalonde en el último tiempo ha surgido una importante evidencia de que los comportamientos de vida pueden condicionar negativamente la salud, ya que esta conducta se forma por decisiones personales y por influencias de nuestro entorno y grupo social. Entre ellos la inadecuada alimentación, consumo de sustancias nocivas, el sedentarismo, así como también conductas de riesgo en sexualidad, siendo así que los hábitos de vida son a veces sanos o insanos (24).

Además de que el modelo de Mack Lalonde resulta ser un modelo explicativo de los determinantes de la salud, siendo así vigente y que ha sido base para otros modelos, por lo cual la salud de la persona depende de la biología humana, el medio ambiente, el estilo de vida y por último el sistema sanitario (25).

Determinantes para la salud



Así mismo Lalonde indica que el estilo de vida está relacionado con los hábitos personales respecto a la alimentación que tiene la persona, así como también está relacionada con la actividad física, adicciones, conductas peligrosas o temerarias, también respecto a su actividad sexual, involucrando así los servicios de salud, etc (26).

Es por ello que los hábitos de vida a veces son sanos o insanos siendo así una de las principales condicionantes en el proceso de la salud de la persona, además esta conducta se forma por decisiones personales y por influencias de nuestro entorno y grupo social, para mejorar ello se debe conducir a una mejora en el estilo de vida que está teniendo el individuo (27).

El modelo de Nola Pender busca promover la vida saludable que es dado por las características personales que tiene la persona de acuerdo a la situación en que se encuentre, lo cual debe dar resultado a la participación en conductas que favorezcan su salud, es por ello que el modelo se basa en como la persona debe cuidarse. Es así que según este modelo los

determinantes de la promoción de la salud y los estilos de vida, se divide en factores cognitivos, perceptuales, entendidos como aquellas concepciones que tienen las personas sobre la salud que llevan o tienen conductas o comportamientos determinados, por lo tanto la modificación de estos factores lleva a las personas a un estado positivo llamado salud (28).

Es por ello que también los factores personales se clasifican en biológicos, psicológicos y socioculturales que van estar guiados por la naturaleza del comportamiento. Los factores biológicos estará constituido por la edad, la agilidad o el equilibrio, por lo que estudiante universitario tiene una mejor capacidad que un alto adulto maduro o mayor, mientras que en los factores psicológicos está constituido por variables como el autoestima, la percepción del estado de salud y la definición de la salud dependerá en este caso del universitario, es por ello que los factores personales socioculturales se tiene en cuenta factores como la cultura, la educación y el estatus económico que va a tener la persona en el desarrollo de su vida. (29).

Así mismo Nola Pender indica que la conducta está motivada por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano, ya que los estilos de vida se ven modificados por cambios de tipo social, económico, cultural y psicológico, por lo que la persona puede conducir comportamientos no saludables y por ende, se convierten en factores de riesgo (30).

Además el modelo de promoción a la salud de Pender, identifica los factores que influyen en los comportamientos saludables de la persona, familia y comunidad, por lo que se identifica las características y

experiencias de los individuos, así como las sensaciones y conocimiento en el comportamiento que desean alcanzar, además de que nos ofrece la posibilidad de evaluar a la persona que tiene riesgo de sufrir una desviación de la salud producida por los diversos factores (31).

Siendo así en el estilo de vida saludable intervienen diversos patrones de conductas que están relacionados con la salud, determinado por las elecciones que hacen las personas de las opciones disponibles acordes con las oportunidades que les ofrece su propia vida, ya que el estilo de vida tiene un carácter fundamental voluntario porque está demostrado que ejercen influencia en la salud de los individuos (como el tabaquismo, la cantidad de actividad física habitual, alimentación, etc) (32).

Las dimensiones del estilo de vida consideradas son las siguientes:

Alimentación saludable: Es la combinación adecuada de energía y nutrientes a través del consumo de diferentes alimentos que proporcione una suficiente cantidad y calidad, además de que no se trata de tener estrictas limitaciones dietéticas o de privarse de los alimentos que gustan. Sino más bien se trata de sentirse bien, tener más energía y mantener el estado de ánimo estable. Por tal razón, no existe una alimentación ideal, adecuada para todos, ya que las necesidades nutricionales son diferentes para cada individuo (33).

Actividad y ejercicio: Abarca cualquier movimiento corporal realizado por los músculos esqueléticos que provocan un gasto de energía, en la cual se encuentra presente en todo lo que una persona hace durante las

24 horas del día, salvo el dormir o reposar, por lo tanto al realizar las actividades necesarias, además ayuda al mantenimiento de la vida (34).

Responsabilidad en salud: Es cuando la persona, familia y también los agentes de la sociedad en su conjunto, asumen responsabilidades compartidas para mejorar su calidad de vida, por lo que alude a las modalidades de conocimiento, los valores y las actitudes que los individuos tienen respecto a su salud, para así poder prevenir alguna enfermedad. Sin embargo no es fácil que las personas tengan actitudes preventivas para su salud, así mismo los factores económicos, políticos, éticos y culturales son determinantes en la promoción de programas de prevención y curación (35).

Autorrealización: Consiste en sentir que estás satisfaciendo las necesidades básicas y superiores de (supervivencia, aprobación y apoyo social, autoestima y desarrollo), al mismo tiempo que la persona sigue aprendiendo e investigando como hacerlo mejor, ya que no debe considerarse como una meta, sino como la manera de llegar a la meta al mismo tiempo que satisface las necesidades (36).

Redes de apoyo social: Se encargan de mejorar la calidad de vida de las personas y familias, así como promover, considerando que su finalidad es mejorar la calidad de vida de las personas, así como promover, fortalecer y mantener su bienestar, mediante el desarrollo de diversas organizaciones (37).

Manejo del estrés: Tener un nivel de estrés es una reacción normal y sana de nuestro cuerpo para afrontar los pequeños retos cotidianos y las situaciones excepcionales o difíciles de la vida, ya que un poco de estrés es

positivo, demasiado es perjudicial se trata de encontrar cada cual el nivel adecuado para vivir y afrontar el estrés es necesario aprender utilizar alguna técnica de relajación, masajes dados por nosotros mismo, otras personas o profesionales, además de que podemos realizar actividades relajantes: pasear, escuchar música, leer, descansar etc (38).

El estudiante universitario se plantea y replantea metas, asumiendo responsabilidades personales, asumiendo nuevas maneras de afrontar la vida, pensando sobre el modo de estudiar y aprender, relacionándolo de otro modo con el conocimiento y afianzando su manera de ser, además de tener cambios favorables o desfavorables en su vida (39).

Además los estudiantes universitarios están asociados a diversos factores de riesgo como: el consumo de tabaco, alcohol y la tentativa de consumir drogas, así como también la adopción de hábitos no saludables respecto a su alimentación, llevar una vida sedentaria y de estrés, poder sufrir algún accidente dentro o fuera de la universidad y también el tener una actividad sexual sin protección, ya que puede contraer alguna enfermedad y/o quedar embarazada (40).

La enfermera debe tener una conexión con los estudiantes jóvenes, por lo que tienen como objetivo la integración de los esfuerzos y la prevención de diversos factores negativos que influye en la vida de un estudiante, además de que la enfermera debe identificar las necesidades físicas, mentales, emocionales, socioculturales y espirituales para poder plantear una solución. Para alcanzar los objetivos la enfermera debe: Conocer e identificar el problema, brindar sesiones educativas para

fomentar un mejor estilo de vida saludable en los estudiantes jóvenes, para ello la enfermera debe ser competente en habilidades de comunicación y tener la capacidad de explicar la fundamentación empírica (41).

La organización mundial de la salud en general indica que el estilo de vida está determinada por los hábitos que tiene la persona, es por ello que la alimentación, el ejercicio, la prevención de salud, el trabajo, la relación con el medio ambiente y la actividad social forma parte de un estilo de vida de un estudiante universitario. Sin embargo muchos de los jóvenes a nivel mundial mueren debido a accidentes de tránsito, suicidios, violencia, tienen complicaciones con el embarazo, además de que muchas enfermedades que se pueden presentar en la adultez, se presenta en jóvenes, conllevando así el consumo de tabaco, infecciones de transmisión sexual, hábitos inadecuados de alimentación y ejercicio que se poco a poco estas enfermedades y hábitos irán deteriorando la salud del joven universitario (42).

En relación a los enfoques de la promoción de la salud, está implicando un método multidisciplinario donde busca promover la salud y poder prevenir enfermedades a través de un programa donde las personas participen en actividades diarias, donde los diversos factores de los estilos de vida no la salud y el bienestar de la persona (43).

Siendo así que están integrados tres enfoques siendo el primero la equidad y derechos de salud donde se conseguirá eliminando las diferencias innecesarias que a veces en la actualidad restringen la oportunidad de acceder al derecho de bienestar. El enfoque de equidad de género va a lograr

identificar las características sociales de desigualdad entre hombres y mujeres y la interculturalidad se podrá desarrollar en base a tomar acciones de solidaridad, confianza y respeto mutuo, es por ello que estos enfoques se ven involucrados directamente en el estilo de vida de los estudiantes universitarios (43).

Respecto a las estrategias de promoción de la salud en el estilo de vida conlleva a que permite promover una sociedad en la que los jóvenes universitarios puedan lograr su máximo potencial de desarrollo, salud y bienestar, por lo que es tarea de todos. Aunque la adopción de un estilo es una decisión individual, la estrategia busca trabajar creando un entorno social y medioambiental propicio donde las opciones saludables sean fáciles de elegir. Donde se proponga incorporar el enfoque de los promotores de salud, por lo que para este entorno la estrategia propone determinar ámbitos concretos la actividad física, la alimentación saludable, bienestar y salud emocionales (44).

Es por ello que se debe promover la actividad física no nada más en el colegio sino también en las universidades, se debe extender los programas de consumo diario de frutas y verduras y también se debe promover las habilidades de la vida, además de que se debe potenciar la seguridad (44).

III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

Si, existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _ Chimbote, 2018.

No, existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_ Chimbote, 2018.

IV. METODOLOGÍA.

4.1. Diseño de la investigación:

Tipo y Nivel:

Estudio cuantitativo: Son aquellos que pueden ser medidas en términos numéricos (45).

Corte transversal: Estimación de la magnitud y distribución de una población de estudio en un momento dado (45).

Diseño de la Investigación:

Descriptivo: Especificaciones, propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población (46).

Correlacional: Es una medida del grado en que dos variables se encuentran relacionadas (46).

4.2. Población y muestra:

Universo Muestral

El universo muestral estuvo constituido por 150 universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil.

Unidad de análisis

Cada universitario que formaron parte de la muestra y respondieron a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión

- Universitarios del III al V ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil que estuvieron matriculados.

- Universitarios del III al V ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil que asistieron regularmente a sus clases.
- Universitarios del III al V ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil que aceptaron o desearon participar en la investigación.

Criterios de Exclusión:

- Universitarios del III al V ciclo de la Escuela Profesional Ingeniería Civil que no estuvieron matriculados.
- Universitarios del III al V ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil que tuvieron algún problema de comunicación.

4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores

ESTILO DE VIDA DEL UNIVERSITARIO

Definición Conceptual

Se entiende en el modo de vivir, expresado en los ámbitos del comportamiento, fundamentalmente en las costumbres, también esta moldeado por el urbanismo, por la relación del entorno y las relaciones interpersonales (47).

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal

- Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos
- Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS UNIVERSITARIOS

Definición conceptual

Tiene diversos factores por lo que se puede presentar en la persona, ya que estos factores están relacionado con su vida, por ello pueden modificarse.

Están involucrados el estado civil, escolaridad, ingreso económico entre otros (48).

FACTOR BIOLÓGICO

Edad

Definición Conceptual.

Se determina por la fecha de nacimiento hasta la actualidad, siendo así que determina la personalidad de la persona (49).

Definición Operacional

Escala nominal

- Adulto Joven 20 – 35
- Adulto Maduro 36 – 59
- Adulto Mayor 60 a más

Sexo

Definición Conceptual.

El sexo es el conjunto de características biológicas, pero no nada más se refiere sólo a los órganos sexuales, sino también a diferencias en el funcionamiento de nuestros cuerpos que se diferencian del hombre de la mujer (50).

Definición Operacional

Se utilizó escala nominal

- Masculino
- Femenino

FACTORES CULTURALES

Religión

Definición Conceptual

Es una práctica humana de creencias existenciales y morales, que hace referencia a los cuerpos sociales que hoy conocemos como el catolicismo, cristianismo entre otros (51).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otros

FACTORES SOCIALES

Estado Civil

Definición Conceptual

El estado civil se refiere al conjunto de situaciones con vocación de permanencia y relevancia jurídica que tiene una persona, tales como la edad, la nacionalidad, la filiación o el matrimonio, entre otras, y que tienen acceso al registro civil (52).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltero(a)
- Casado
- Conviviente
- Separado
- Viudo

Ingreso Económico

Definición Conceptual

Son todas las entradas económicas que recibe una persona, una familia, una empresa, una organización, etc. Por lo que el ingreso económico es una remuneración que se obtiene por realizar dicha actividad (53).

Definición Operacional

Escala de intervalo

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 650 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles
- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

4.4. Técnicas e instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

En el presente trabajo de investigación se utilizó la técnica de la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumentos N° 01

En el presente trabajo de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento N° 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N (54), modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E. (55), para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N° 01).

Está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes:

Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal, y autorrealización.

Alimentación: Ítems 1, 2, 3, 4, 5,6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el universitario.

Actividad y Ejercicio: Ítems 7 y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realiza el universitario.

Manejo del Estrés: Ítems 9, 10, 11,12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza para manejar situaciones de estrés.

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15,16 constituidas por interrogantes sobre las redes sociales que mantiene el universitario y le proporcionan apoyo.

Autorrealización: 17, 18,19 constituidas por interrogantes sobre actividades que mejoran su satisfacción personal.

Responsabilidad en Salud: 20,21,22,23,24,25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el universitario para favorecer su salud

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación.

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

Instrumento N° 02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales de los universitarios.

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E. (55), modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver anexo N° 02)

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de los universitarios entrevistados (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determina la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems)
- Factores Sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de Calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaran mayor calidad y especificidad a los instrumentos (56, 57). (Anexo 3)

Validez Interna

Para realizar la validez interna se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio (56, 57).

Confiabilidad

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach (57).

(Anexo 4)

4.5. Plan de análisis de datos:

4.5.1. Procedimientos para la recolección de datos:

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y se solicitó el consentimiento de los universitarios haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los universitarios su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada universitario.
- Se realizó la explicación del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos se aplicó en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

4.5.2. Análisis y Procesamiento de los datos:

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentaron los datos en tablas simples y de doble entrada luego se elaboró sus respectivos gráficos.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

4.6 Matriz de consistencia

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	METODOLOGÍA
<p>Estilo de vida y factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _ Chimbote, 2018</p>	<p>¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _ Chimbote, 2018?</p>	<p>Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _ Chimbote, 2018.</p>	<p>- Valorar el estilo de vida en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. Uladech Católica _ Chimbote, 2018. - Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, religión, estado civil y los ingresos económicos en universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica _ Chimbote, 2018.</p>	<p>Estudio cuantitativo de corte transversal con diseño descriptivo correlacional.</p>

4.7. Principios éticos

Durante la aplicación de los instrumentos se respetó y se cumplió los criterios éticos de: (58)

Así mismo el código de ética para la investigación está aprobado por acuerdo del Consejo Universitario ULADECH Católica, por lo que el investigador está obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procedimientos y servicios asociados a la investigación (59).

Anonimato

Se aplicó el cuestionario indicándoles a los universitarios que la investigación será anónima y que la información obtenida será solo para fines de la investigación.

Privacidad

Toda la información que se recibió en el presente estudio se mantuvo en secreto y se evitó ser expuesto respetando la intimidad de los universitarios, siendo útil solo para fines de la investigación.

Honestidad

Se informó a los universitarios los fines de la investigación, cuyos resultados se encuentran plasmados en el presente estudio.

Consentimiento

Solo se trabajó con los universitarios que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo. (Ver anexo N° 05).

V. RESULTADOS

5.1 Resultados

TABLA 1

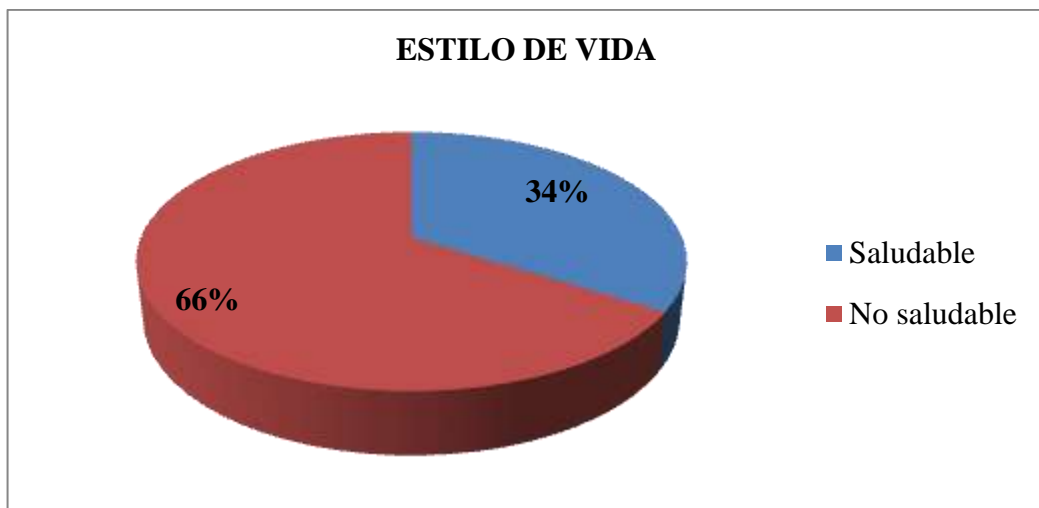
***ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA
PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO.
ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018***

Estilo de vida	N°	%
Saludable	51	34,0
No saludable	99	66,0
Total	150	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

GRÁFICO 1

***ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA
PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO.
ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018***



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

TABLA 2

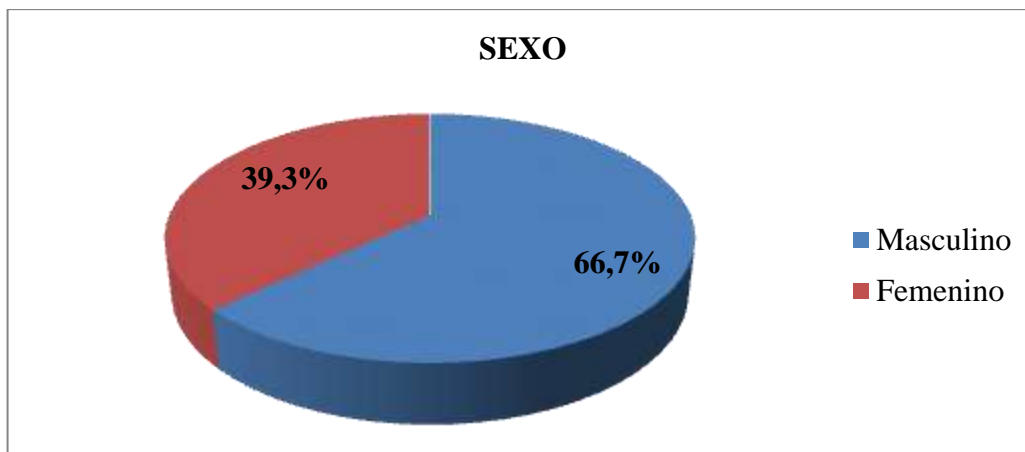
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018

FACTORES BIOLÓGICOS		
Sexo	N°	%
Masculino	91	66,7
Femenino	59	39,3
Total	150	100,0
Edad	N°	%
20-35 años	149	99,3
36-59 años	1	0,6
60 a más	0	0,0
Total	150	100,0
FACTORES CULTURALES		
Religión	N°	%
Católico	89	59,3
Evangélico	33	22,0
Otros	28	18,7
Total	150	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	N°	%
Soltero	130	86,7
Casado	8	5,3
Viudo	1	0,6
Conviviente	10	6,7
Separado	1	0,6
Total	150	100,0
Ingreso económico	N°	%
Menor de 400 nuevos soles	49	32,7
De 400 a 650 nuevos soles	17	11,3
De 650 a 850 nuevos soles	35	23,3
De 850 a 1100 nuevos soles	30	20,0
Mayor de 1100 nuevos soles	19	12,7
Total	150	100,0

Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

GRÁFICO 2

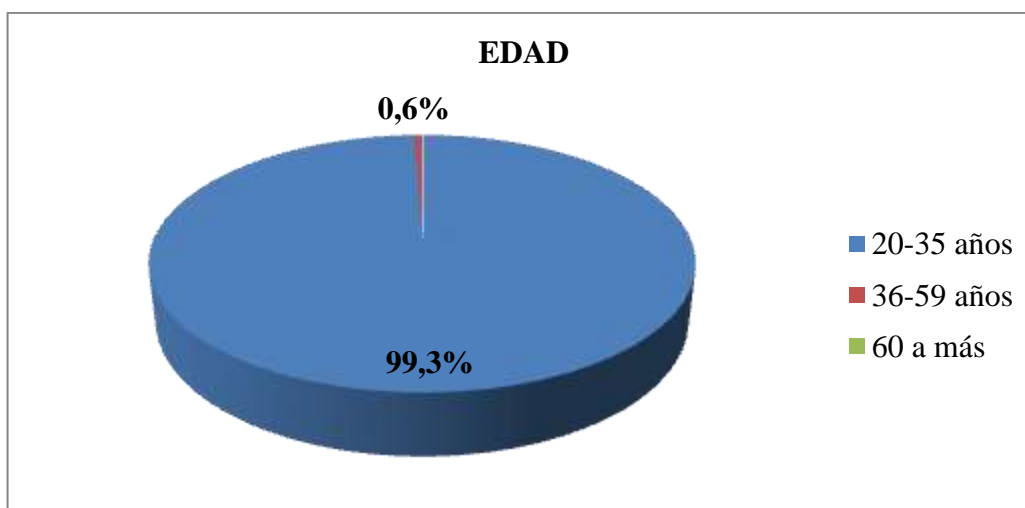
SEXO DEL UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

GRÁFICO 3

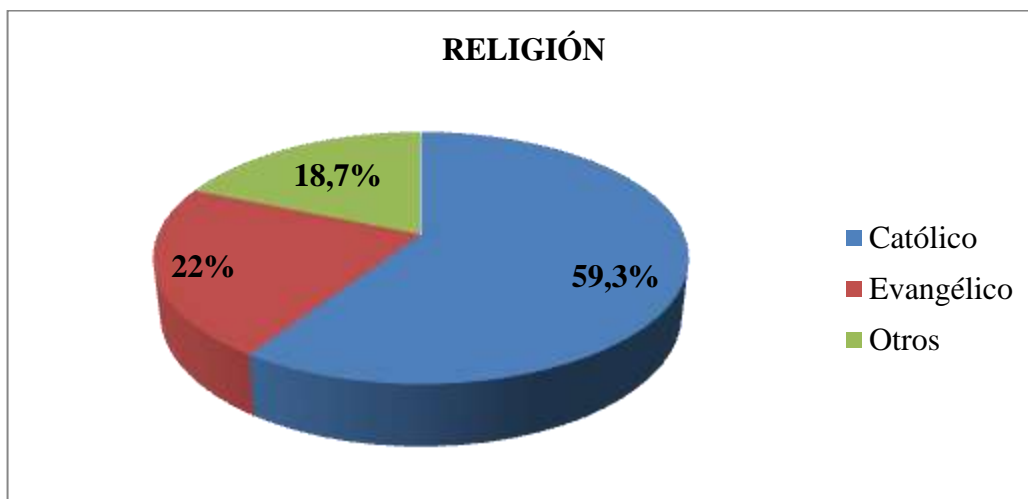
EDAD DEL UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

GRÁFICO 4

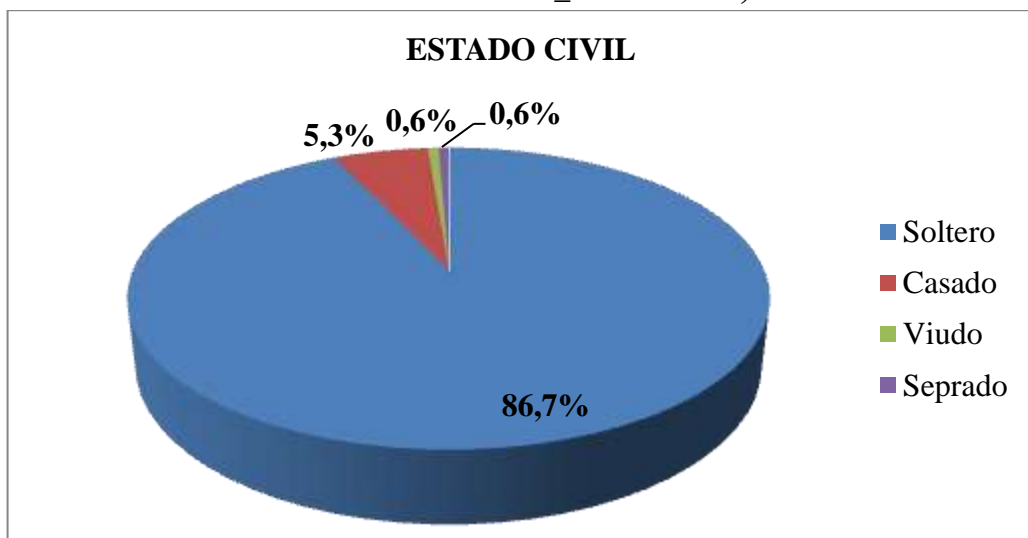
RELIGIÓN DEL UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

GRÁFICO 5

ESTADO CIVIL DEL UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018

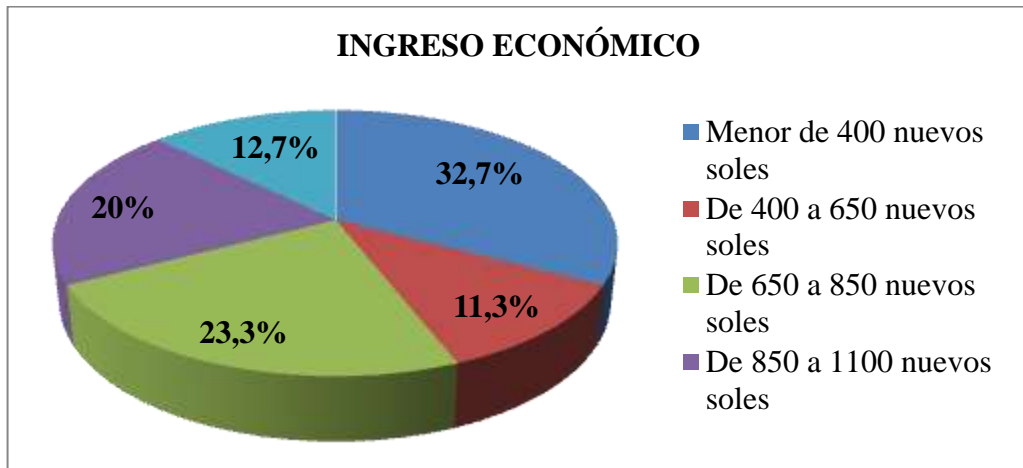


Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

GRÁFICO 6

INGRESO ECONÓMICO DEL UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO.

ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

TABLA 3

FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018

Edad	Estilo de vida				Total		No cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Adulto joven	51	34,0	98	65,3	149	99,3	
Adulto maduro	0	0,0	1	0,7	1	0,7	
Total	51	34,0	99	66,0	150	100,0	

Sexo	Estilo de vida				Total		$X^2=1,166$; $gl=1$; $p=0,0 < 0,05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Masculino	34	22,6	57	38,0	91	60,7	Si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
Femenino	17	11,3	42	28,0	59	39,3	
Total	51	33,9	99	66,0	150	100,0	

Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

TABLA 4

**FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS
DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL
V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018**

Religión	Estilo de vida				Total		$X^2 = 2,875; gl=2;$ $p = 0,0 < 0,05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	Si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
Católico	26	17,3	63	42,0	89	59,3	
Evangélico(a)	15	10,0	18	12,0	33	22,0	
Otros	10	6,7	18	12,0	28	18,7	
Total	51	34,0	99	66,0	150	100,0	

Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

TABLA 5

FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA_CHIMBOTE, 2018

Estado Civil	Estilo de vida				Total		No cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
	Saludable		No saludable				
	N	%	n	%	n	%	
Soltero(a)	44	29,3	86	57,3	130	86,6	
Casado(a)	4	2,7	4	2,7	8	5,3	
Viudo(a)	0	0,0	1	0,7	1	0,7	
Conviviente	3	2,0	7	4,6	10	6,7	
Separado(a)	0	0,0	1	0,7	1	0,7	
Total	51	34,0	99	66,0	150	100,0	

Ingreso Económico (Soles)	Estilo de vida				Total		$X^2 = 4,492; gl=4;$ $p = 0,0 < 0,05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Menor de 400	16	10,7	33	22,0	49	32,7	Si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
De 400 a 650	9	6,0	8	5,3	17	11,3	
De 650 a 850	10	6,7	25	16,7	35	23,3	
De 850 a 1100	8	5,3	22	14,7	30	20,0	
Mayor de 1100	8	5,3	11	7,3	19	12,7	
Total	51	34,0	99	66,0	150	100,0	

Fuente: Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborada por Delgado, R; Reyna E. Modificado por: Reyna, E. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018

5.2 Análisis de resultados

TABLA 1

Del 100% (150) de los universitarios encuestados de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018; el 66,0% (99) tienen estilo de vida no saludable, el 34,0% (51) tienen estilo de vida saludable.

Este resultado obtenido de la presente investigación se asemeja a lo encontrado por Tumay J, (60). Concluye que el 70% de los estudiantes universitarios tienen un estilo de vida no favorable, ya que consumen casi siempre comida chatarra, teniendo así unos hábitos alimenticios desfavorables para su salud, a la vez tienen un inadecuado horas de descanso y actividad física, sin embargo el 30% de los estudiantes universitarios tienen un estilo de vida favorable, ya que no consumen drogas ilegales.

Mientras tanto estos resultados también se asemejan con la investigación encontrados por Beltrán M, (61). Concluye que el 89,4% de los estudiantes universitarios tienen una práctica no saludable debido a que la población universitaria no practican ninguna actividad física, por lo que el 10,6% tienen una práctica saludable ya que de acuerdo a su alimentación algunos estudiantes están motivados a cuidar su salud consumiendo alimentos saludables y no comida chatarra.

Siendo así que estos resultados obtenidos en el presente estudio difiere a los encontrados por Gutiérrez M, Miranda L, (62). Concluye que las alumnas universitarias de enfermería del III y IV ciclo tuvieron un adecuado estilo de vida con un 62,7% ya que en dimensión a sus alimentos consumen alimentos

nutritivos y a la vez que en sus horas libres ellas realizan actividad física y descansan. Siendo así que el 37,3% tienen un inadecuado estilo de vida, ya que algunas tienen conductas que perjudican su salud.

Es por ello que este resultado obtenido también difieren a los encontrados por Velandia M, Arenas J, Ortega N, (63). Concluye que los estudiantes encuestados presentan prácticas saludables, ya que de acuerdo a la interrogante sobre alimentación se identificó conductas sanas, como no comer en exceso, comer a las horas adecuadas, se encontró también que referente al consumo de bebidas alcohólicas, tabaco y drogas ilegales, es tan solo un reducido porcentaje de 18% que consume una vez a la semana, siendo así que respecto al consumo de drogas tan solo 1% consume. Sin embargo referente a la actividad física, los estudiantes de enfermería presentan prácticas no saludables, ya que esto denota que una marcada tendencia de sedentarismo.

Siendo así que comparando con los otros estudios, se puede identificar que prevalece más que los estudiantes universitarios llevan un estilo de vida no saludable, ya que tener una vida estudiantil universitaria demanda mucho tiempo, empeño y a la vez tienen sobrecarga de trabajos que deben de realizar en un determinado tiempo, es por ello que se sienten presionados por querer avanzar con sus trabajos optando por el consumo de comidas chatarras aunque es más fácil, sencillo y disponible es perjudicial para la salud, debido a que si tienen este tipo de conducta ocasiona que los estudiantes universitarios estén en riesgo de alimentarse con productos de mala calidad (ricos en triglicéridos, altos en colesterol y azúcar, etc), por lo que el procesamiento y preparación de estos productos lo realizan a veces mediante químicos.

Por lo tanto la alimentación saludable es importante no nada más en los universitarios sino que en cada persona, ya que estos alimentos son necesarios porque cubren las necesidades nutricionales que necesita nuestro organismo para mantener una buena salud y prevenir la aparición de muchas enfermedades, por lo que hay que seguir con un estilo de vida saludable teniendo así una alimentación equilibrada.

Además las bajas prácticas de alimentación saludable en la población universitaria, está vinculada con la disponibilidad de tiempo, con los horarios de sus clases, también otras actividades están vinculadas como el proceso de formación donde los estudiantes privilegian sus responsabilidades académicas frente al consumo de alimentos saludables. Siendo la alimentación uno de los estilos de más influyentes en la salud de la población, es por ello que se debe hacer necesario la intervención de las universidades para el control y regulación de los alimentos a los cuales tienen acceso los universitarios, para forjar así una alimentación saludable en beneficio de los estudiantes.

También la alimentación saludable va de la mano con la actividad y ejercicio, ya que es indispensable para la persona en este caso en el estudiante universitario es importante que realice cualquier tipo de ejercicio con el propósito de tener un cuerpo sano y una vida saludable. Sin embargo hay aspectos que influyen negativamente, así como no descansar a sus horas, ya que si el estudiante universitario no descansa a sus horas se va ver afectado el nivel de atención para la realización de sus trabajos.

Por ello realizar actividad y ejercicio es una manera de relajarse, además de que son tan evidentes los beneficios de mantener una actividad física diaria

o interdiaria, ya que al practicar alguna actividad física debidamente sistematizada contribuye a disminuir el envejecimiento y genera más bien un aumento en el tono muscular, además de que mejorar el sistema cardiovascular y a la vez aumenta la concentración de los estudiantes mejorando así su rendimiento académico sin embargo actualmente la mayoría de los estudiantes universitarios no lo ponen en práctica por falta de tiempo.

Así mismo la responsabilidad en salud es importante, ya que de ello depende de que la persona pueda prevenir contraer diversas enfermedades, siendo así que el personal de salud está involucrado como un factor clave. Es decir que para que el universitario obtenga un estilo de vida saludable es necesario que tenga actitudes cotidianas que le lleven a mantener un cuerpo y una mente sana, ya que los estilos de vida están totalmente relacionado con la alimentación, el consumo de tabaco, alcohol, drogas ilegales así como también el desarrollo o no de alguna actividad y ejercicio, de los cuales a la vez se consideran factores de riesgo produciendo diversas enfermedades (diabetes, enfermedades cardiovasculares, cáncer entre otras) es por ello de que si uno tiene una conducta saludable estos factores se convertirán en factores de protección.

Toda persona está en un proceso de autorrealización, en este caso el universitario está en un gran avance, ya que de ello depende su futuro y pueda obtener un trabajo que consolide su autorrealización, es por ello que la mayoría de los universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil aspiran a culminar su carrera lo más pronto posible y a la vez satisfactoriamente y no nada más con el hecho de sentirse realizados, sino que también con el propósito

de poder ayudar a su familia, quienes en el transcurso de su desarrollo estudiantil fueron quienes lo apoyaron.

También es importante de que el estudiante universitario pueda tener alguna red de apoyo social con el beneficio de mejorar su calidad de vida, sin embargo la mayoría de ellos no tienen ninguna red de apoyo social más que solo el apoyo de su familia y el de ellos mismos, ya que algunos de ellos estudian y trabajan a la vez para apoyar a sus padres a pagar sus estudios.

Siendo así que en la actualidad el estudiante universitario vive aún ritmo de vida acelerado, prácticamente no tiene tiempo para hacer las cosas que tiene previsto o desea realizar. Las tareas, trabajo, exámenes, reuniones, salidas con los amigos, son eventos que un estudiante universitario realiza constantemente a lo largo de su proceso de aprendizaje. Sin embargo cuando empieza a haber una sobrecarga de todo lo que realiza en su día a día aparece el estrés, por ello es importante tener cuidado en las consecuencias que dicho fenómeno trae en la vida de los estudiantes, ya que repercute en su nivel académico, físico y psicológico.

Mientras que la práctica de los estudiantes universitarios sobre el consumo del tabaco, abuso de alcohol lo relacionan con el objetivo de relajarse y desestresarse sin embargo este consumo genera un inadecuado hábito deteriorando así su sistema cognitivo y neurológico trayendo como consecuencia bajo rendimiento académico, conductas antisociales por lo que tienden a alejarse de sus seres queridos y tener accidentes automovilístico atentando contra su vida y de los demás. Así mismo también las prácticas sexuales de riesgo pudiendo contraer alguna enfermedad de transmisión sexual

o como el más temible VIH/SIDA, así mismo tener un embarazo no planificado.

Al finalizar el análisis de la tabla 1 se puede concluir que si el estudiante universitario cambia o modifica sus actitudes referente al consumo de tabaco, bebidas alcohólicas, consumo de comida chatarras grasas y entre otros, realizara más bien actividad y ejercicio, cumpliera con sus horas de descanso, se alimentara de manera equilibrada podría tener un estilo de vida saludable.

TABLA 2

Del 100% (150) de los universitarios encuestados de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo. ULADECH Católica_Chimbote, 2018; respecto a los factores biológicos el 66,7% (91) son de sexo masculino, el 99,3% (149) tienen de 20 a 35 años, respecto a los factores culturales el 59,3% (89) son de religión católico, respecto a los factores sociales el 86,7% (130) su estado civil es soltero, el 32,7% (49) tienen ingreso económico menor de 400 nuevos soles.

Este resultado obtenido en el presente estudio se asemeja a los encontrados por Ortiz M, Ruiz M, (64). Concluye que el 55,3% de los estudiantes son de género masculino, el 100% son estudiantes universitarios y el 88,4% profesan la religión católica.

Así mismo este resultado obtenido en el presente estudio difieren a los encontrados por Calderón J, (65). Concluye que el 63,0% son estudiantes entre 15 a 20 años, así mismo el 21,0% son estudiantes de género masculinos, el 45,7% son de género femenino y el 100% son estudiantes universitarios.

Mientras que el estudio presentado por Laguado E, Gómez M, (66). Concluye que los estudiantes universitarios son de género femenino con un 85,7% y su edad promedio es de 21 años a más.

Es por ello que dichos estudios tanto de Ortiz M. Ruiz M, se asemejan con la investigación dando a conocer que por ser una carrera profesional de Ingeniería Civil la mayoría de los universitarios son hombres y pocas son las mujeres que estudian esa carrera, ya que esta profesión requiere de arduo esfuerzo por ser competitivo en el ámbito laboral, además de acuerdo a su edad son jóvenes que están en pleno desarrollo de aprendizaje para lograr ser unos profesionales.

Mientras que los estudios Calderón J. Laguado E. Gómez M. difieren, debido a que estudian otro tipo de carrera donde demanda más el género femenino que masculino, además al terminar su escolaridad muy joven obtienen una carrera a temprana edad teniendo así más tiempo para especializarse y a la vez teniendo más oportunidades laborales, sin embargo la opción de elegir qué carrera estudiar depende de las habilidades que muestra la persona y a la meta que quieren alcanzar depende de cada uno sin importar la carrera que esté estudiando siendo de género masculino o femenino.

Es por ello que analizar los factores biológicos como el sexo nos indica que el género femenino es más vulnerable que el masculino, así mismo el estudiante universitario comienza sus estudios muy joven ya que tiene la posibilidad de culminar a una corta edad su carrera profesional, además de que un joven tienen mayor energía física y mental que les impulsa a desarrollar diversas actividades laborales, estudiantiles y sociales, pero a veces suele pasar

que no todos tienen las posibilidades de estudiar una carrera apenas salgan del colegio, ya que se pueden presentar problemas de salud, familiares o económicos.

Así mismo este resultado obtenido en el presente estudio se asemeja a lo encontrado por Castillo G, (67). Concluye que el 58,4% (73) son católicos, el 47,2% (59) son solteros y el 43,2% (54) tiene un ingreso económico de 400 a 690 nuevos soles. Además el estudio presentado por Aguado E, Ramos D, (68). Concluye que respecto a su estado civil el 91% son solteras sin carga familiar, por lo que al no tener hijos tienen más facilidades de poder estudiar.

Por otro lado estos resultados obtenidos en el presente estudio difieren a los encontrados por Valdivia R, (69). Concluye que el 59,6% (62) tienen un ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles. Siendo así que los estudiantes universitarios aprovechan al máximo la educación que les brinda sus padres.

Analizando los estudios que se asemejan como el de Catillo G, nos indica que en la mayoría profesan la religión católica siendo un elemento de la actividad humana que nos quiere decir que sea cual religión o doctrina que pertenezcan en algún momento de su día se encontraran con la paz de Dios que les impulse a continuar con sus estudios permitiendo que así la religión católica mantenga unidos los unos a los otros.

Es por eso que uno de los problemas culturales que aqueja a la sociedad es que los estudiantes universitarios que profesan la religión católica no asisten a misa aunque sea los domingos, debido a que no tienen tiempo por las múltiples actividades universitarias que deben realizar, ya que cuando tienen unas horas libres prefieren salir a pasear con la familia, las amistades o sino dormir por unas

horas para recuperar sus horas de sueño perdido. A la vez es notable que cuando el estudiante universitario se siente estresado por los exámenes, las exposiciones y por los trabajos la mayoría al no tener tiempo de ir a la iglesia rezan en casa para que les vaya bien y a la vez poder encontrar paz interior. Así mismo profesar una religión es respetar las normas y reglas establecidas que se le atribuye al joven universitario dependiendo de la religión que profese.

Además mientras el estudiante universitario se mantenga soltero como se puede evidenciar en diferentes estudios tendrán menos preocupaciones o responsabilidades, a la vez en lo que respecta al ingreso económico en todos los estudios nos muestra que el dinero que obtienen no es suficiente, por lo que no cubre con las necesidades produciendo a la vez una alimentación inadecuada.

Así mismo dentro de los factores sociales el estado civil podría influir en los jóvenes universitarios, ya que esta situación involucra sus derechos y deberes que debe de cumplir, es por ello que si están comprometidos o casados tienen más responsabilidades y tienen la obligación de trabajar para que sustente económicamente a su familia y a la vez sus estudios, aunque a veces los padres apoyan económicamente a sus hijos (as) para que ellos salgan adelante y sean alguien en la vida, sobretodo tener una carrera para poder tener un ingreso económico mejor. Siendo así que si el estudiante tiene un estado civil soltero, no tendría muchos problemas económicos y a la vez familiares.

Es por ello que en la actualidad los padres de familia trabajan día a día para tener un ingreso económico mejor y poder educar a sus hijos, así mismo les inculcan que al terminar el colegio estudien una carrera universitaria, siendo así

que del ingreso económico que sus padres obtengan dependerá de sus estudios universitarios, a la vez muchos de ellos trabajan y estudian a la vez para apoyar a sus padres y no atrasarse en la universidad.

Según el Ministerio de Educación ha creado la reforma universitaria donde busca que los jóvenes puedan acceder a una educación universitaria de calidad, donde se les pueda brindar las herramientas necesarias para poder alcanzar sus metas, así mismo tengan una mejor calidad de vida, siendo así que estadísticamente los jóvenes que estudian una carrera están cursando las edades de 19 a 26 años (70).

Finalmente se concluye que la salud de los universitarios está determinado por el estilo de vida que ellos pueden tener, donde los factores biológicos, culturales, sociales se ven involucrados, además de que hoy en día hay una gran competencia y exigencia estudiantil, por lo que mayoría de ellos para culminar sus estudios necesitan una solvencia económica adecuada.

TABLA 3

Con respecto a los factores biológicos relacionando con edad y sexo se tiene que 99,3% (149) son adultos jóvenes, mientras que el 65,3% (98) presentan estilo de vida no saludable y el 34,0 % (51) presentan estilo de vida saludable; del 60,7 % (91) pertenecen al sexo masculino, de ellos el 38,0 % (57) presentan estilo de vida no saludable y el 22,6 % (34) presentan estilo de vida saludable. Al relacionar la variable edad con el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia, encontramos que no cumple la condición para aplicar la prueba Chi-cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

Así también al relacionar la variable sexo con el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2=1,166$; $gl=1$; $p=0,0 < 0,05$ encontramos que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Estos resultados se asemejan a los encontrados por Duran R, (71). Concluye que al relacionar la variable sexo con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2=4,109$; $gl=1$; $p=0,043 < 0,05$ si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Así mismo estos resultados se asemejan a los encontrados por Tello V, (72). Concluye al relacionar la variable sexo y estilo de vida haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2=4,731$; $gl=1$; $p=0,030 < 0,05$ se encontró que si existe relación estadísticamente significativa.

Por lo tanto estos resultados difieren a los encontrados por Torres K, (73). Concluye que en cuanto al factor biológico, no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2=0,654$; $gl=1$; $p=0,419 > 0,05$.

También estos resultados difieren a los encontrados por Palacios N, (74). Concluye que al relacionar la variable de edad y estilo de vida utilizando la prueba estadística del Chi-cuadrado de independencia $X^2=2,186$; $gl=2$; $p=0,335 > 0,05$ se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Es por ello que estos resultados se basan en que cada persona es un ser pensante y consciente de las decisiones que toma para su vida, teniendo así

comportamientos o actitudes favorables o desfavorables para su vida, por lo que esta elección depende de cada persona.

Así mismo al analizar la variable más de la mitad son de sexo masculino con estilo de vida no saludable, lo que indica de que por más que los hombres sean más fuertes físicamente, no quiere decir que tomen las mejores decisiones y tengan mejores conductas que las mujeres, ya que muchos de ellos aún no tienen la capacidad para ver la realidad sobre las enfermedades a nivel mundial, por ende los hombres en la gran mayoría son independientes, mientras que las mujeres no, es por ello que ellas tienen menor riesgo de tener un estilo de vida no saludable ya que tienen menor probabilidad de consumir alcohol, tabaco entre otras sustancias psicoactivas debido a que las mujeres se encuentran más enfocadas por sus estudios y trabajos así como apoyar en el hogar a la mamá a realizar los que aceres de la casa.

Por ello la mayoría son adultos jóvenes de sexo masculino que presentan estilos de vida no saludables, lo cual se observa que no realizan alguna actividad que fomente un estilo de vida saludable, ya sea por desconocimiento, toma de conciencia o por falta de tiempo debido a la recarga de trabajos. Es por ello que el tener un estilo de vida saludable no implica la demanda de mucho tiempo sino como realizar ejercicios por lo menos una hora al día y alimentarse de manera adecuada como a la vez tratar de descansar a sus horas, sin embargo debido a la modernidad actualmente no nada más los jóvenes universitarios se encuentran en el internet realizando sus trabajos sino que muchos de ellos pierden el tiempo buscando o navegando en páginas web incorrectas que no ayudan a su formación profesional.

Así mismo la edad no determina su estilo de vida, sin embargo conforme pasan los años los jóvenes se ven sometidos a experiencias novedosas, más aun cuando están en la universidad porque tienen la presión del grupo, que les conlleva a tomar decisiones equivocadas, por eso los adultos jóvenes deben de conocer los riesgos, ser evaluados y controlados por sus padres, aunque muchos de ellos piensan tener conocimiento de todo por el simple hecho de haber cumplido la mayoría de edad, es por eso que no se limitan cuando tienen reuniones exclusivamente para tomar bebidas alcohólicas conllevando así un fracaso estudiantil porque pueden volverse adictos.

Es por eso que mucho de los jóvenes universitarios hoy en día viven su juventud al máximo como si la juventud fuera eterna y la edad no avanzara exponiéndose a peligros sin darse cuenta, además de que pueden prevenir esos peligros de la vida, sin embargo no comprenden el hecho de que ser jóvenes involucra ser responsables tener más obligaciones de las cuales una de las metas es terminar sus estudios brindándole no más una satisfacción a su familia, sino para que ellos puedan afrontar la vida con responsabilidad y hacerse cargo de sus gastos, pero suele pasar que muchos de ellos no culminan su carrera o dejan pasar esa gran oportunidad que tienen en la vida que es estudiar, por el simple hecho de que tomaron actitudes incorrectas en su vida que les conlleva a no tener un estilo de vida saludable.

Concluyendo que se debe fomentar un estilo de vida saludable, en este caso los estudiantes universitarios deben realizar prácticas o hábitos saludables, es por ello que en las universidades se debe implementar un cafetín o comedor de alimentos saludables favoreciendo así la salud del estudiante, así mismo se

deben desarrollar sesiones educativas donde se concientice a los universitarios que llevando un estilo de vida no saludable traerá como consecuencia una serie de enfermedades de las cuales se puede prevenir.

TABLA 4

Con respecto a los factores culturales relacionado con la religión, se observa que del 59,3 % (89) son católicos, el 42,0 % (63) tienen estilo de vida no saludables, mientras el 17,3 % (26) tienen estilo de vida saludables.

Al relacionar la variable de religión con el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2=2,875$; $gl=2$; $p=0,0 < 0,05$, encontramos que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Estos resultados obtenidos se asemejan a los encontrados por Vílchez A, (75). Concluye que al analizar la variable religión y estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2=6,053$; $gl=2$; $p=0,048 < 0,05$ se encontró que si existe relación estadísticamente significativa.

Así mismo estos resultados difieren a los encontrados por Lezcano S, (76). Concluye que al relacionar la variable religión con estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2=5,270$; $gl=1$; $p=0,072 > 0,05$ se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

También estos resultados obtenidos difieren a los encontrados por León K, (77). Concluye que al relacionar el factor cultural y estilo de vida, se encontró que no cumple la condición para aplicar la prueba de Chi-cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

A la vez estos resultados obtenidos difieren a los encontrados por Iman A, (78). Ya que al relacionar la religión con el estilo de vida, encontramos que no cumple con las condiciones para aplicar la prueba de Chi-cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

En forma general la religión involucra la práctica y experiencias colectivas que gira entorno a un sistema de creencias relacionados con seres de naturaleza divina, no obstante el tener una religión no nada más significa que uno vele por sí mismo, sino que piense y realice actividades donde muestre ser un buen samaritano, pero que lo realice de manera voluntaria de corazón no por el hecho de que este ha obligado a realizarlo por quedar bien ante los demás o aparentar algo que no es.

Es por ello que las religiones existentes en el mundo cuentan con fundamentos y principios que brindan arquetipos para los practicantes, debido a ello los individuos religiosamente activos, regulan su comportamiento atribuidos a lo moral y espiritual, evitan excesos, o todo aquello que genere un desbalance psíquico inmaterial y físico que vaya en contra de sus creencias, dogma, o fe.

Por eso el estilo de vida saludable se origina desde que las personas tienen comportamientos, realizan actividades y tienen costumbres que evidencia una conducta correcta debido a ello la religión si involucra a que los universitarios tengan un estilo de vida saludable, a la vez la religión determina diversas normas, que muchos de ellos no cumplen con dichas reglas o si lo cumplen por el hecho de que es una costumbre acudir a misa todos los días o por lo menos los domingos pero eso no influye que deban comer sano porque en algunas religiones ayunan o se restringen en su alimentación lo cual eso no es

saludable. Así mismo es posible que conforme los universitarios tengan más información vayan tomando conciencia sobre cuidado de su salud.

Siendo así que la mayoría de los universitarios de Ingeniería Civil profesan la religión católica, sin embargo la mayoría de ellos no van a misa, no leen la biblia, siendo así que prefieren ir a fiestas en vez de darse un tiempo para encontrarse con Dios, a la vez solo rezan o van a misa cuando se encuentran en apuros o creen necesitar de la ayuda de Dios y es ahí en ese momento que buscan apego espiritual mediante una oración, a la vez algunos de ellos profesan otra religión que tienen diferentes reglamentos o mandatos.

Llegando a la conclusión de que la religión si se involucra en el estilo de vida de los estudiantes, ya que esto se basa a que la religión se fundamenta en el comportamiento espiritual de cada individuo, con la finalidad de que las personas tomen conciencia de sus actitudes y puedan modificarlos por su propia iniciativa.

TABLA 5

Con respecto a los factores sociales relacionado con el estado civil; el 86,6% (130) son solteros, mientras que el 57,3% (86) presentan estilo de vida no saludables; el 29,3% (44) presentan un estilo de vida saludable, en cuanto al ingreso económico el 32,7% (49) tienen un ingreso menor de 400 soles, por lo que un 22,0% (33) tiene un estilo de vida no saludable y el 10,7% (16) un estilo de vida saludable.

Al relacionar las variables de factor social, estado civil con el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia, muestra que no cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de

frecuencias esperadas son inferiores a 5. Así mismo al relacionar la variable de ingreso económico con el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2= 4,492$; $gl=4$; $p=0,0 < 0,05$, encontramos que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Estos resultados obtenidos se asemejan a los encontrados por Medina Y, (79). Concluye que al relacionar el estado civil con el estilo de vida, no cumple con las condiciones para aplicar la prueba Chi-cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferior a 5.

Del mismo modo estos resultados obtenidos se asemejan a los encontrados por García A, (80). Concluye que al relacionar la variable de estado civil con el estilo de vida, se encontró que no cumple con las condiciones para aplicar la prueba Chi-cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferior a 5

Por lo tanto estos resultados obtenidos difieren a los encontrados por Cerna R, (81). Concluye que al relacionar la variable de ingreso económico con el estilo de vida, utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2= 2,368$; $gl=3$; $p=0,500 > 0,05$ se encontró que no existe relación estadísticamente significativa.

Del mismo modo estos resultados se asemejan a los encontrados por Salinas Y, (82). Concluye que al relacionar las variables de ingreso económico con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2= 34,006$; $gl=4$; $p=0,000 < 0,05$ se obtuvo que si existe relación estadísticamente significativa. Por otro lado difiere al analizar la variable de estado civil con el estilo de vida también utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia

ya que no cumple la condición para aplicar la prueba Chi-cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

Por ende estos resultados obtenidos difieren a los encontrados Sánchez J, (83). Concluye que al relacionar las variables de estado civil con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2= 0,976$; $gl=3$; $p=0,807 > 0,05$ se encontró que no existe relación estadísticamente significativa. Del mismo modo al relacionar la variable de ingreso económico con el estilo de vida, utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia $X^2= 2,028$; $gl=2$; $p=0,363 > 0,05$ se encontró que no existe relación estadísticamente significativa.

Cabe destacar que el estado civil está integrado por solteros, convivientes, casados o viudos, que en la gran mayoría de los jóvenes son solteros teniendo así una vida más independiente, con mayor concentración para realizar sus labores estudiantiles, así mismo el estado civil de la persona lo determina las actividades emocionales o físicas que realiza, pero es notable también que en la actualidad algunos adultos jóvenes ya son padres o madres de familia por lo que tienen más responsabilidades en la vida.

Por lo que el estado civil de un estudiante universitario no influye en su estilo de vida, sino que más bien al encontrarse soltero tiene más posibilidades de que culmine su carrera a corto plazo ya que si tuviera una familia o hijos el sacrificio que tendría para culminar su carrera sería mucho mayor o demandaría más tiempo es por ello que la mayoría de los universitarios solo se centran en estudiar. Además viendo la realidad es difícil estudiar y trabajar a la vez en el Perú ya que muchos tienen familia pero no obstante es un obstáculo para crecer

o desarrollarse y ser alguien en la vida queriendo así brindarles una mejor calidad de vida a sus hijos.

Así mismo un universitario realiza un conjunto de funciones, tiene obligaciones y tareas por resolver, ya que al mostrar desempeño será un estudiante competitivo para su carrera por lo que a futuro obtendrá un puesto de trabajo, donde pueda aplicar todo lo aprendido en el transcurso de su formación estudiantil, por lo que tendrá oportunidades de interactuar con grandes colegas de acuerdo a la rama de su trabajo.

Al analizar este factor social también se observa que los estudiantes universitarios no tienen buen ingreso económico, que puede ser debido a que sus padres no tienen un trabajo estable, a la vez de que algunos de ellos trabajan para poder pagar sus estudios, siendo así que ellos a veces se ven perjudicados porque la solvencia económica es menor teniendo atrasos en sus estudios universitarios. Por lo tanto algunos de ellos se ven forzados a dejar la carrera para poder trabajar y luego poder seguir estudiando.

Es por ello que el ingreso económico es importante, ya que depende de la cantidad de dinero que se pueda gastar en un tiempo determinado, por lo que la persona o familia necesita tener un ingreso económico más aun cuando ya los hijos empiezan a estudiar una carrera profesional, ya que el gasto es mayor que cuando estudiaban en el colegio, sin embargo las persona no tienen un adecuado ingreso económico sustentable.

Además el hecho de que las personas no tengan un buen ingreso económico puede ser un indicador que sean más propenso a enfermarse y a la vez no puedan curarse de manera inmediata, perjudicando así su salud, es por

ello que el ingreso económico si determina el estilo de vida del estudiante universitario porque al tener pocos recursos económicos afectara su calidad de vida.

Cabe resaltar que de todas maneras las personas que tienen mayor ingreso económico no se excluyen de tener un estilo de vida no saludable aunque tienen más posibilidades de poder acudir a clínicas particulares previniendo contraer enfermedades o curándose, pero a la vez dependerá de las prácticas que pueden realizar, como hacer ejercicio, tener alimentación balanceada, realizarse anualmente un chequeo médico entre otros. Siendo así que también el ingreso económico permite el acceso a nuevas oportunidades como tener bienes materiales y tener comodidades, tener una buena educación que va a posibilitar el desarrollo de la persona u ocupar un buen puesto de trabajo.

Por lo que también se tuvo como resultado que el estudiante universitario la gran mayoría es soltero no tienen la presión de conseguir dinero, sin embargo algunos de ellos ya tienen pareja, son casados o convivientes, por lo que tienen la mayor responsabilidad de conseguir dinero para poder estudiar y a la vez mantener a su familia, por eso en muchos casos los padres de familia por querer que sus hijos estudien una carrera y sean alguien en la vida, apoyan económicamente a sus hijos para que ellos puedan culminar sus estudios.

Finalmente se concluye que el estudiante universitario puede forjar su propio estilo de vida saludable, así tenga menor ingreso económico, dándole prioridad a la necesidad de alimentarse correctamente, ya que teniendo una alimentación saludable pueden prevenir enfermedades como: sobrepeso, obesidad, diabetes, EDAS, gastritis, entre otros.

VI. CONCLUSIONES

- En relación a los estilos de vida en los universitarios la mayoría tienen estilos de vida no saludables y un porcentaje significativo saludable.
- En relación a los factores biosocioculturales casi la totalidad son adultos jóvenes, la mayoría son de sexo masculino y estado civil soltero, más de la mitad profesan la religión católica y menos de la mitad tiene un ingreso económico menor de 400 nuevos soles.
- Si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el sexo, religión e ingreso económico. Además no cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5 con la edad y estado civil.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

Recomendaciones

- Dar a conocer los resultados de la presente investigación a los universitarios encuestados de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil del III al V ciclo y así puedan conocer la realidad de las múltiples enfermedades que pueden padecer si continúan con un estilo de vida no saludable, pudiendo así prevenir ciertas enfermedades.
- Difundir a las diferentes autoridades locales sobre los resultados de la investigación con la finalidad de que propongan actividades donde el estudiante universitario se vea involucrado y puedan lograr un cambio en su estilo de vida.
- Se sugiere realizar otros trabajos de investigación donde se pueda involucrar otras variables para poder comprender porque los estudiantes tienen conductas no saludables y se pueda intervenir con la intención de disminuir esta problemática.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Suescún S, Sandoval C, Hernández F. Estilo de vida en estudiantes de una Universidad de Boyáca, Colombia. Scielo. 2016. Vol. 65(2). Pág. 2. Disponible en: [\(Link\)](#)
2. Sánchez M, De Luna E. Hábitos de vida saludable en la población universitaria. Readaly. 2015. Vol. 31(5). Pág 3. Disponible en: [\(Link\)](#)
3. Lara F, Saldaña Y, Fernández N, Delgadillo H. Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. Scielo. 2015. Vol. 20(2). Pág. 4. Disponible en: [\(Link\)](#)
4. Tacuri J, Romero E, Astudillo J. Realidad de la juventud ecuatoriana. Universidad politécnica Salesiana. 2015. Disponible en: [\(Link\)](#)
5. Olivero N, Benites J, Garcías A, Bello C. Estilos de vida en estudiantes de una universidad pública. Cátedra Villarreal. 2016. Vol. 4(1). Pág. 2. Disponible en: [\(Link\)](#)
6. Comisión Nacional para el Desarrollo y vida sin drogas. Huaraz Noticias. Desarrollo problemática del consumo de droga. 2019. (Citado el 20 de Set 19). Disponible en: [\(Link\)](#)
7. Aguirre W. El alcohol y las drogas. [Internet]. 2017. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
8. Álvarez L. Los estilos de vida en salud: del individuo al contexto. Scielo. 2012. Vol. 30(1). Disponible: [\(Link\)](#)
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: Enfermedades no transmisibles y transmisibles, 2018. (Citado el 20 de Set 19). Disponible en: [\(Link\)](#)

10. Ministerio de la salud. Orientaciones técnicas para promover universidades saludables. Pág. 25. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: ([Link](#))
11. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Historia de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil. 2010. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: ([Link](#))
12. Broncano R. Estilo de vida de los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Nacional de Chimborazo. Abril – Agosto 2018. [Tesis pregrado]. Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba – Ecuador. 2018.
13. Lara Y, Quiroga C, Jaramillo A, Bermeo M. Estilo de vida de estudiantes en primer semestre de Odontología de una Universidad Privada, Cali 2016. Revista Odontológica Mexicana. 2018. Vol. 22(3). Pág. 1. Disponible en: ([Link](#))
14. Canova C. Estilo de vida de estudiantes universitarios de Enfermería de Santa Marta, Colombia. Revista Colombiana Enfermería. 2017. Vol. 14(12). Pág. 1. Disponible en: ([Link](#))
15. Gonzales A, Palacios J. Estilo de vida y salud percibida en estudiantes de un programa de odontología de una universidad de Santiago de Cali 2017. [Tesis postgrado]. Santiago de Cali. Pontificia Universidad Javeriana 2017.
16. Gómez Z, Landeros P, Romero E, Troyo R. Estilo de vida y riesgos para la salud en una población universitaria. Revista de Salud Pública y Nutrición. 2016. Vol. 15 (2). Pág. 1- 4. Disponible en: ([Link](#))
17. Barraza J. Estilo de vida de los estudiantes de Enfermería de una Universidad Pública, 2017. [Tesis pregrado]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima- Perú 2018.

18. Reynaga M. Estilo de vida que practican los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan Huánuco, 2016. [Tesis pregrado]. Universidad de Huánuco. 2017.
19. Uriarte Y, Vargas A. Estilo de vida de los estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Norbert Wiener Lima, 2018. [Tesis pregrado]. Universidad Privada Norbert Wiener. Lima-Perú. 2018.
20. Quispe Y. Estilo de vida en los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades, Los Olivos – 2017. [Tesis pregrado]. Universidad de Ciencias y Humanidades. Lima-Perú. 2019
21. Barbaran S. Estilos de vida y riesgos para la salud en estudiantes de Farmacia y Bioquímica de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Ayacucho 2017. [Tesis postgrado]. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga .Ayacucho-Perú. 2018.
22. Espejo M. Estilo de Vida en estudiantes universitarios de la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote – 2015. [internet]. [Tesis pregrado]. Universidad San Pedro. Chimbote. 2016.
23. Acosta M, Silva M. Nivel de conocimiento y consumo de sustancias estimulantes en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Santa. Nuevo Chimbote, 2017. [Tesis pregrado]. Universidad Nacional del Santa. 2018.
24. Moiso A, Mestorino M, Ojeda O. Fundamentos de Salud Pública. Pág. 172. Disponible en: [\(Link\)](#)

25. Silberman M, Moreno L. Bustamante V. Determinantes sociales de la salud en los usuarios de atención sanitaria del Distrito federal. Artículo de revisión. Vol. 56 (4). 2013. Disponible en: [\(Link\)](#)
26. Villar M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. Scielo. Vol. 28(4). 2011. Disponible en: [\(Link\)](#)
27. Acevedo G, Martínez D, Utz L. La Salud y sus determinantes. La salud pública y la medicina preventiva. [Internet]. (Citado el 29 Abril. 18). 2014. Disponible en: [\(Link\)](#)
28. Meiriño J, Vasquez M, Simonetti C, Palacio M. El cuidado [Internet] (Citado el 29 Set. 19). Disponible en: [\(Link\)](#)
29. Arrechadora I. Nola Pender: Biografía y Teoría. [Internet]. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
30. Laguado J, Gómez M. Estilo de vida saludable en estudiantes de Enfermería en la Universidad Cooperativa de Colombia. Hacia la promoción de la Salud. 2014. Vol 19(1) Pág. 4. Disponible en: [\(Link\)](#)
31. Trejo F. Aplicación del modelo de Nola Pender a un adolescente con sedentarismo. Enfermería Neurológica. Medigraphic. 2010. Vol. 9(1). Pág. 2. Disponible en: [\(Link\)](#)
32. De la Cruz E, Pino J. Estilo de vida relacionado con la salud. Universidad de Murcia. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
33. Araneda M. Alimentación saludable. Edualimentaria. 2018. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)

34. Vidarte J, Vélez C, Sandoval C, Afonso M. Actividad física: Estrategia de Promoción de la Salud. *Hacia la Promoción de la Salud*. Scielo. 2011. Vol. 16(1). Pág. 4. Disponible en: [\(Link\)](#)
35. Sutton A, Cherem J. La Salud ¿Responsabilidad de quién?. *Medigraphic*. 2005. Vol. 73(4). Pág. 2. Disponible en: [\(Link\)](#)
36. Martínez T. La Autorrealización de la persona, el papel de la familia. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
37. Silva I, Melo S, Castanheira L. Red y apoyo social en enfermería familiar: Revisión de conceptos. *Latinoamericano*. 2008. Vol. 16(2). Pág. 1. Disponible en: [\(Link\)](#)
38. Pérez J, Echauri M, Salcedo A. El estrés. Instituto de Salud Pública. 2002. (Citado el 29 Abril. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
39. Silvia L, Montenegro A, Ponti L. Aprendiendo a ser Estudiante Universitario. Universidad de Río Cuarto. Disponible en: [\(Link\)](#)
40. Lumbreras I, Moctezuma M, Dosamantes L, Medina M, Cervantes M. Estilo de vida y riesgos para la salud en estudiantes universitarios: Hallazgos para la prevención. *Revista Digital Universitaria*. 2009. Vol. 10(2). Disponible en: [\(Link\)](#)
41. Zabalegui A. El rol del profesional en enfermería. *Scielo*. 2003. Vol 3(1). Disponible en: [\(Link\)](#)
42. Organización Mundial de Salud. [Internet]. (Citado el 10 Set. 19). Disponible en: [\(Link\)](#)
43. Organización Panamericana de la Salud. [Internet]. (Citado el 10 Set. 19). Disponible en: [\(Link\)](#)

44. Blog del Centro Nacional de Innovación e investigación educativa. Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad del MSSI. [Internet] (Citado 10 Set. 19). Disponible en: [\(Link\)](#)
45. Hernández R. Metodología de la Investigación. [Artículo en internet]. México: Editorial Mc Graw Hill; 2003. [Citado 24 Jun. 18]. Disponible en URL: [\(Link\)](#)
46. Schoenbach V. Diseños de estudio analítico. [Monografía en internet]. 2004. [44 páginas]. Disponible en: [\(Link\)](#)
47. Guerreo L, León A. Estilo de vida y salud. Educare. Redalyc. 2010. Vol 14(48). Pág 3. Disponible en: [\(Link\)](#)
48. Quispe K. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona. [Internet]. 2014. (Citado el 24 de Jun. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
49. Vargas E, Espinoza R. Tiempo y edad biológica. Arbor. Pontifica Universidad Católica del Valparaíso. Vol 189. N° 760. Disponible en: [\(Link\)](#)
50. Gómez G. ¿Qué es sexualidad? y ¿Qué es sexo?. [Internet]. (Citado 18 Jun. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
51. Bembibre V. Definición de religión. [Internet]. (Citado 18 Jun. 18). 2015. Disponible en: [\(Link\)](#)
52. Piñar J, Recio M. Estado civil. [Internet]. (Citado 18 Jun. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)
53. Samuelson P. Ingresos. [Internet]. (Citado 18 Jun. 18). 2017. Disponible en: [\(Link\)](#)
54. Hernández M. Estilo de vida y estrés en estudiante universitarios del UDLA-P. [Tesis para optar el título de licenciado en Enfermería]. México. Universidad de las Américas Puebla 2016. (Citado el 24 Jun. 18). Disponible en: [\(Link\)](#)

55. Delgado R. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona en el Perú. [Proyecto de línea de la escuela de Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2008.
56. Gonzáles M. Diseños experimentales de investigación. [Monografía en internet]. España; 2010. (Citado 24 Jun. 18). Disponible en: ([Link](#))
57. Cristopher M. Validez y confiabilidad del instrumento. [Biblioteca virtual]. España (Citado 24 Jun. 18). Disponible en: ([Link](#))
58. Mesía R. Contexto ético de la investigación social. Rev. Invest. Educ. [Artículo en internet]. Perú. 2007. 11(19). (Citado 24 Jun. 18). Disponible en: ([Link](#))
59. Domínguez J. Comité Institucional de ética en investigación. Código de ética para la investigación. Investigación. Versión 002. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.
60. Tumay J. Estilos de vida saludable de los estudiantes del II al VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería sede Lima-Norte de la UPSJB, 2016. [Pregrado]. Universidad San Juan Bautista. Lima. Perú. 2017.
61. Beltrán M. Estilo de vida en Jóvenes Universitarios de la facultad de Psicología de la Fundación Universitaria de los Libertadores. [Tesis Pregrado]. Bogotá, 2016.
62. Gutiérrez M, Miranda L. Estilos de vida y hábitos de estudio en las alumnas de enfermería de la Universidad privada Antenor Orrego. [Pregrado]. Trujillo-2016.
63. Velandia M, Arenas J, Ortega N. Estilos de vida en los estudiantes de enfermería. Ciencia y cuidado. 2015. Vol 12 (1). [Pregrado]. 2013. Pág. 36.
64. Ortiz M, Ruiz M. Predictores biosocioculturales y estilos de vida de los estudiantes universitarios de una universidad de Huánuco. [Pregrado]. 2016.

65. Calderón J. Estilos de vida en estudiantes de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad San Pedro-Chimbote.2015. [Pregrado]. Universidad San Pedro. Chimbote. 2016.
66. Laguado E, Gomez M. Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería en la Universidad Cooperativa de Colombia. [Pregrado]. Universidad cooperativa de Colombia. 2014.
67. Castillo G. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento humano, Vista al Mar II_Nuevo Chimbote, 2015. [Pregrado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Chimbote. Perú. 2018.
68. Aguado E, Ramos D. Factores sociodemográficos y estilos de vida en estudiantes de la Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza-2013. [Pregrado]. Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza. Lima. Perú. 2013.
69. Valdivia R. Estilo de vida y factores socioculturales del adulto joven del centro poblado menor de Cambio Puente_Chimbote 2015. [Pregrado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Chimbote. Perú. 2015.
70. Ministerio de Educación. Reforma universitaria. [Internet]. (Citado el 22 de Jun. 19). Disponible en: [\(Link\)](#)
71. Duran R. Estilo de vida y factores biosocioculturales en los adultos jóvenes. Asentamiento Humano. Primavera Baja- Chimbote, 2014. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2016.
72. Tello V. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos jóvenes y maduros. Empresa apoyo total- Chimbote, 2011. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2014.

73. Torres K. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven Ampliación Ramiro Priale. Urb. El Trapecio-Chimbote, 2013. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2013.
74. Palacios N. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Llama- Piscobamba, 2018. [Tesis pregrado]. Huaraz. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2018.
75. Vílchez A. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. A. H. Fraternidad-Chimbote, 2012. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2014.
76. Lezcano S. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos jóvenes. Urbanización Bellamar sector VIII: Nuevo Chimbote, 2014. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2016.
77. León K. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro. Asentamiento Humano 10 de Setiembre- Chimbote, 2017. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2017.
78. Iman A. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro. Pueblo Joven “Villa María”, Nuevo Chimbote, 2014. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2016.
79. Medina Y. Estilo de vida y factores socioculturales del adulto joven del Asentamiento Humano San Diego- Nuevo Chimbote, 2014. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2014.
80. García A. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven del Asentamiento Humano Sánchez Milla_ Nuevo Chimbote, 2015. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2017.

81. Cerna R. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto joven del Asentamiento Humano Los Cedros- Nuevo Chimbote- 2012. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2014.
82. Salinas Y. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos jóvenes. Asentamiento Humano Juan Bautista Chimbote, 2014. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2017.
83. Sánchez J. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos jóvenes. A.H El Milagro - Chimbote, 2011. [Tesis pregrado]. Chimbote. Perú. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2014.



ANEXO N° 01
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
ESCALA DE ESTILO DE VIDA

N°	Ítems	CRITERIOS			
ALIMENTACIÓN					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consumo de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
ACTIVIDAD Y EJERCICIO					
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S

	MANEJO DEL ESTRÉS				
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
	AUTORREALIZACIÓN	N	V	F	S
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S

	RESPONSABILIDAD EN SALUD	N	V	F	S
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario

N= 4 V=3 F=2 S=1

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos



ANEXO N° 02

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS
UNIVERSITARIOS**

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTORES BIOLÓGICOS

1. Marque su sexo?

- a) Masculino () b) Feminino ()

2. Cuál es su edad?

- a) 20-35 años b) 36-59 años c) 60 a más

A) FACTORES CULTURALES:

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

- a) Analfabeto (a) b) Primaria c) Secundaria d) Superior

4. ¿Cuál es su religión?

- a) Católico(a) b) Evangélico c) Otras

B) FACTORES SOCIALES:

5. ¿Cuál es su estado civil?

- a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado

6. ¿Cuál es su ocupación?

- a) Obrero b) Empleado c) Ama de casa d) Estudiante
e) Otro

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

- a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles
c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles
e) Mayor de 1100 nuevos soles



ANEXO N° 03

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

VALIDEZ R PEARSON DE ESTILO DE VIDA

	R-Pearson	
Ítems 1	0.35	
Ítems 2	0.41	
Ítems 3	0.44	
Ítems 4	0.10	(*)
Ítems 5	0.56	
Ítems 6	0.53	
Ítems 7	0.54	
Ítems 8	0.59	
Ítems 9	0.35	
Ítems 10	0.37	
Ítems 11	0.40	
Ítems 12	0.18	(*)
Ítems 13	0.19	(*)
Ítems 14	0.40	
Ítems 15	0.44	
Ítems 16	0.29	
Ítems 17	0.43	
Ítems 18	0.40	
Ítems 19	0.20	
Ítems 20	0.57	
Ítems 21	0.54	
Ítems 22	0.36	
Ítems 23	0.51	
Ítems 24	0.60	
Ítems 25	0.04	(*)

ANEXO N° 04

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	27	93.1
	Excluidos(a)	2	6.9
	Total	29	100.0

A Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



ANEXO N° 05

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

TÍTULO

ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN

UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA

CIVIL DEL III AL V CICLO. ULADECH CATÓLICA _CHIMBOTE, 2018

Yo,.....acepto participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma oral a las preguntas planteadas.

La investigadora se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informaran de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

.....

FIRMA